



## **Οι μικρόσωμοι σκύλοι χρειάζονται λιγότερη άσκηση;**

Όλοι οι σκύλοι χρειάζονται καθημερινή άσκηση για να είναι ευτυχισμένοι και υγιείς. Μήπως όμως, ο μικρόσωμος σκύλος σας χρειάζεται λιγότερη άσκηση; Όχι απαραίτητα. Η ιδανική άσκηση, τόσο σε χρόνο όσο και σε ένταση, εξαρτάται από τη φυλή, την ηλικία και την κατάσταση της υγείας του. Για παράδειγμα, το υπερδραστήριο και αεικίνητο Jack Russell Terrier μπορεί να κάνει κάθε είδους σκανταλιά, αν δεν ασκείται αρκετά. Αντίθετα, μια μεγαλόσωμη φυλή, όπως το Mastiff μπορεί να είναι ικανοποιημένη με μόνο δύο περιπάτους την ημέρα.

Ένας τρόπος να μετρήσετε εάν ο σκύλος σας ασκείται αρκετά, είναι να παρατηρήσετε τη συμπεριφορά του. Αν δείχνει ικανοποιημένος με το να κοιμάται το μεγαλύτερο μέρος της ημέρας, τότε πιθανότατα δεν χρειάζεται πολύ άσκηση. Εάν αντίθετα, ο μικρόσωμος σκύλος σας είναι ανήσυχος και περιφέρεται διαρκώς μέσα στο σπίτι, τότε πιθανόν ν' αναζητά περισσότερη δράση.

### *Γυμνάζοντας το σκυλάκι σας.*

Οι ανάγκες άσκησης πολλών σκύλων μπορούν να καλυφθούν σε ένα μικρό ανοικτό χώρο, με διασκεδαστικά και δραστήρια παιχνίδια, όπως π.χ. πετώντας του αντικείμενα τα οποία σας φέρνει πίσω. Εάν στο σπίτι σας υπάρχουν και άλλα κατοικίδια, το σκυλάκι σας μπορεί να γυμναστεί απλά τρέχοντας γύρω γύρω με τη γάτα ή με το άλλο σκυλί σας.

Να έχετε κατά πάντα νου ότι το παιχνίδι μέσα στο σπίτι ή στην αυλή δεν αντικαθιστά τους καθημερινούς περιπάτους. Το να βγάξετε το σκύλο σας βόλτα δεν προσφέρει σε εκείνον (και σε εσάς) μόνο σωματική άσκηση – αποτελεί και πηγή διανοητικών ερεθισμάτων. Ακόμα και μία βόλτα σε μερικά τετράγωνα, όπου ο σκύλος σας θα μπορεί να μυρίζει, να βλέπει

πράγματα και να ακούει ήχους, μπορεί να λειτουργήσει ως προπόνηση των αισθήσεων, με αποτέλεσμα το κατοικίδιο σας να είναι πιο ήρεμο και πιο ευπροσάρμοστο. Οι περίπατοι είναι και μία καλή ευκαιρία για να δεθείτε με το σκύλο σας, αλλά και για να αναπτύξει τις κοινωνικές του δεξιότητες.

Ανεξάρτητα από τον τρόπο που ασκείται ο μικρόσωμος σκύλος σας, θα πρέπει να βεβαιωθείτε ότι η άσκηση αυτή αποτελεί μέρος της καθημερινότητάς του. Η τακτική δραστηριότητα τονώνει τους μύες, χτίζει γερά οστά, βελτιώνει την κυκλοφορία και ανεβάζει το ηθικό αυξάνοντας τα επίπεδα των χημικών ουσιών «καλής διάθεσης» στο σώμα. Ένα σκυλί σε φόρμα αισθάνεται καλύτερα, κοιμάται καλύτερα και συμπεριφέρεται καλύτερα. Και φυσικά κάνει τον ιδιοκτήτη του πιο ευτυχισμένο!